



DANSK SVØMMEUNION

# INVITATION

7. JANUAR 2023

Spændende netværksdag for svømmeklubber og Sportens prisuddeling (liveshow)

# VI VIL GERNE DELE EN FANTASTISK OPLEVELSE MED JER!

Vi inviterer derfor jeres bestyrelse eller svømmeudvalg, eller andre af jeres kernefrivillige, til et spændende foreningsarrangement i forbindelse med at DR og Danmarks Idrætsforbund (DIF) afholder *Sportens prisuddeling*. Det gør vi i samarbejde med DIF og vores medlemsforeninger Gjellerup Friluftsbad og Gjellerup Sdr. SG&I.

Arrangementet foregår i følgende tidsrum og sted:

Kl.13.00-19.30: TEKO, Birk centerpark 5, 7400 Herning

Kl. 20.00-23.00: Jyske Bank Boksen, Kaj Zartows vej 7, 7400 Herning

## Program for arrangementet:

Kl. 13.00 – 13.15: Velkomst ved Dansk Svømmeunions næstformand  
– *Puk Kirkeskov Hvistendal*

Kl. 13.15 – 14.45: Tænd ildsjælen og gør en forskel  
– *et foredrag der sætter fut i folk v/Tommy Krabbe*

- Hvad er en ildsjæl?
- Hvilke typer er der?
- Hvad får vi ud af, at være ildsjæle?
- Hvordan får vi andre op af hængekøjen?
- Hvordan siger ildsjælen "nej" uden at få dårlig samvittighed?
- Hvordan undgår ildsjælen at brænde ud?

Kl. 14.45 – 15.15: Kaffe og kage og tid til netværk

Kl. 15.15 – 16.15: Svømmeklubben som en "øvebane", der gør børn og unge gode til "livet" i og udenfor bassinet  
– *perspektiver på børne- og ungdomsliv, trivsel og frivillighed v/ Søren Østergaard*

Med afsæt i en kort introduktion til børne og ungdomskulturelle strømninger, den aktuelle trivselskrise, samt en række undersøgelser omkring det frivillige B&U-arbejde, skal vi bl.a. drøfte:

- Hvilke faktorer er de vigtigste når man går til "noget" – og hvad der betyder knapt så meget....?
- Hvordan bliver foreningslivet én af løsningerne i forhold til den aktuelle trivselskrise?
- Hvorfor det ikke giver mening at tale om fastholdelses af medlemmer...
- Hvilke forventninger unge har til de voksne de omgiver sig med?
- Hvordan får man unge til at blive frivillige.....?



- Kl. 16.15 – 17.15: Vinkler på ledelse i en forening
- ”Ledelse af ansatte og frivillige set fra en formands stol i en frivillig organisation”  
*v/Diana Nonbo, Them Svømmeklub.*
  - ”Sikker drift er vejen til succes”  
*v/Klubchef Kim Marquardt, Gladsaxe Svømmeklub.*

Kl. 17.00 – 18.15: Bobler og netværk

Kl. 18.15 – 19.30: Aftenbuffet fra Restaurant Bone’s

Kl. 20.00 - Vi mødes i Jyske Bank BOXEN  
*(Kaj Zartows Vej 7, 7400 Herning)*

Kl. 21.00 – 23.00: Sport 2022 – Sportens prisuddeling (liveshow)

Kl. 23.15 – Tak for i dag og god tur hjem

**Pris for deltagelse: 495,- kr. pr. person**  
– tilmelding skal ske senest den 1. december 2022

Tilmelding dig via dette [LINK!](#)

## **Kontakt:**

Lars Bo Larsen (e-mail: [lbl@svoem.dk](mailto:lbl@svoem.dk) eller telefon: 2916 0901)

Caroline Kleemann (e-mail: [ck@svoem.dk](mailto:ck@svoem.dk) eller telefon: 6112 8187)

Vi håber at I har lyst til at deltage, så vi sammen kan dele en fantastisk oplevelse!

**Med venlig hilsen**  
**Dansk Svømmeunion**

# LÆS MERE OM OPLÆGSHOLDERNE:

## Tommy Krabbe

*Tænd ildsjælen og gør en forskel – et foredrag der sætter fut i folk*

Tommy Krabbe har en baggrund som cand.mag. i Interpersonel organisationskommunikation og har siden arbejdet med hhv. offentligt og privat med projektledelse i ti år med særligt fokus på at skabe bedre vilkår i udsatte boligområder.



Siden 2010 har Tommy holdt foredrag, workshops og kurser og er desuden forfatter til Bøgerne "Ildsjælenes bog" og "Få succes som voksen".

Tommy taler til folk, hvor de er. Det kan godt være kompliceret stof, men han prioriterer altid at gøre det så enkelt, at det kan bruges i hverdagen efterfølgende, og så taler han med passion og humor. Det skal være sjovt og medrivende, ellers gider han ikke selv at blive i lokalet.

Tommy er en utrolig inspirerende, morsom og dygtig formidler, der altid er en berigelse at høre på.

Tommy har et motto der siger heller power og pointer end endeløse powerpoints og tager i dette foredrag blandt andet fat i disse emner:

- Hvad er en ildsjæl?
- Hvilke typer er der?
- Hvad får vi ud af, at være ildsjæle?
- Hvordan får vi andre op af hængekøjen?
- Hvordan siger ildsjælen "nej" uden at få dårlig samvittighed?
- Hvordan undgår ildsjælen at brænde ud?

Læs mere om Tommy Krabbe på dette link - <https://www.tommykrabbe.dk/>

## Søren Østergaard

Centerchef, Center for Ungdomsstudier (CUR)

Søren Østergaard er leder af Center for Ungdomsstudier, foreningsaktiv og forfatter til en lang række bøger med fokus på børne- og ungdomsliv, herunder ”Jagten på frirum”(2020) og ”Der sker hele tiden noget – det gør der bare”(2021).

Sørens arbejdsområder spænder vidt, men har et fælles afsæt i undersøgelser af ungegruppers adfærd, rammer og livsværdier. Det inkluderer temaer som frivillighed, voksenrelationer, trivsel, frafald og hverdagsliv.

Søren prioriterer at fastholde et lokalt frivilligt engagement og har bl.a. været med til at etablere ungdomsklubber, været spejderfører og ungdomsleder og aktiv i den lokale fodboldklub. Ved siden af arbejdet på CUR er Søren fodboldtræner.

Læs mere om Center for Ungdomsstudier her, hvor du også finder flere af deres udgivelser: <https://cur.nu/>

## Diana Nonbo

Formand, Them Svømmeklub.

*Ledelse af ansatte og frivillige set fra en formands stol i en frivillig organisation”*

Them Svømmeklub holder til i Them, der er en by syd for Silkeborg med godt 2.000 indbyggere. Klubben har mere end 1700 medlemmer på årsbasis og er drevet 100 % på frivillighed. Klubben har mere end 120 frivillige instruktører og hjælpeinstruktører der tager sig af undervisningen uge efter uge. Klubben er en breddeklub med et væld af tilbud til alle aldre.

Diana Nonbo er klubbens formand på 34. år og hun vil tage os med ind i maskinrummet i Them Svømmeklub og fortælle om hendes mere end 30 år som formand i klubben. I 2016 blev Diana Nonbo kåret som årets ildsjæl ved Dansk Svømmeunions award show.

Diana vil i sit foredrag blandt andet komme ind på hvilke tanker man gennem årene har gjort sig i forhold til frivillighed og hvordan man er lykkedes med at skabe en stærk kultur i forhold til frivillighed i klubben. I sit foredrag vil hun endvidere komme ind på blandt andet

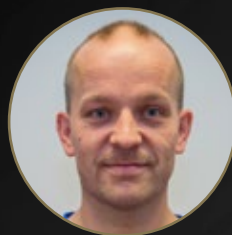
- Hvad er det der driver ildsjælen Diana Nonbo og de andre kernefrivillige i Them Svømmeklub
- Hvad er ”opskriften” på succes i forhold til at hverve nye frivillige og hvad kan udfordringen være
- Udfordringer med at fastholde de frivillige under og efter coronatiden
- En beskrivelse af Them Svømmeklub anno 2022 i forhold til undervisningstilbud og hvor er Them Svømmeklub om 5 år og 10 år



## Kim Marquardt

Klubchef, Gladsaxe Svøm

*"Sikker drift er vejen til succes"*



Gladsaxe SVØM er en af landets største svømmeklubber med sine cirka 2500 medlemmer på årsbasis. Klubben har de seneste mange år været i konstant vækst og de seneste år er det Kim Marquardt der har stået ved roret og styret Gladsaxe SVØM sikkert på vejen mod nye succeser.

Gladsaxe SVØM er stærk på såvel bredde som eliteplan og har gennem mange år været en af de bedste svømmeklubber i forholdt til elitesvømning i Danmark (Se mere om GSC ved at klikke [her](#)).

Kim Marquardt er ansat som klubchef og i det daglige har Kim det overordnede ansvar for klubbens drift i samarbejde med hel masse frivillige i bestyrelsen og udvalgene i klubben samt som leder for alle de ansatte i såvel bredde, konkurrence og eliteafdeling.

Kim vil i sit foredrag komme ind på årsagerne til succes i Gladsaxe Svøm og hvilke tanker han gør sig i forhold til ledelse af såvel frivillige som ansatte og hvordan han som "chefen" navigerer i krydsfeltet mellem ledelse af frivillige og ansatte.

I tillæg til Kims tanker om ledelse vil han også komme ind på hvilken kultur det er der kendetegner Gladsaxe SVØM og hvilke styrker og svagheder han ser i GSC i dag samt på sigt samt hvordan man i Gladsaxe SVØM hele tiden forsøger at have fokus på det enkelte medlem og deres oplevelse af at være en del af klubben.